

# Trekováň

Carl Nelson, Jr.

Abyste se vyhnuli srážce na padáčkách, dva nebo více skoků se musí pomocí otevřeným padáčkou dostatečně horizontálně separovat. Horizontální rychlost blíže 100 km/h může být dosažena v extrémních - což je trekováň - po vstupu dosáhnete rychlosti v zemi podobnou takové, jaké dosáhne malá letadla.

Maximální trekováň pozice v úmírně letě v poměru 1:0,5. Když trekujete 1500 metrů, přeletěte horizontální vzdálenost blíže 800 metrů. Za volného pádu se skokovní v maximální trekováň pozici bude zdát, že vykazuje pouze horizontální pohyb.

Množství vztlaku v deltě je kontrolováno pomocí sobovoňm pozice paň. (Vztlak a jeho zřít jsou určeny relativně ostatním skokům ve volném pádu. Polovina dně pozice těla ve volném pádu nevytváří vztlak relativně k letadlu v zřít - zřít vztlaku je důsledkem umístění paň nad úroveň ramen. V zřít vztlak je důsledkem umístění pod úroveň břícha společně s opačným prohnutím horní části trupu.

Ď

Tato technika může být simulována v bazénu. Abyste si nacvičili maximální trekováň pozici ve vodě, odraťte se kraje bazénu a snaťte se o to, aby vaše tělo získalo aerodynamický tvar podobný jako stělnka. Abyste sněili o hlavy, musí vaše nos směřovat ke dnu. Pokuste se každým pokusu dosplátvat dle.

Potom se zkuste držet asi jeden metr pod hladinou vody. Když budete splátvat v deltě, dejte paň nad úroveň ramen. Tato pozice paň - vaše směrem ke dnu. Ve volném pádu je tato pozice paň - pouň - vlna k vytvořením vertikální rychlosti.

Pokuste dít paňe bhem splátvň - pod úroveň břícha, což vaše vlna je zvedne na hladinu. Nicméně, pokud hluboko pod aludek, vytvořte -c odporu než vztlaku. Přesně opačným odpor ve vodě lehce rozpoznáte. Za volného dle důsledkem nesprávné pozice paň - zvláště vertikální rychlost a zřít horizontální rychlosti.

Maximální trekováň pozice je identická s pozicí skoků na lyžích, a na pozici nohou (chodidel). V maximální trekováň pozici jsou vaše paňe podpora; zbytek vašeho těla je pouň - vlna pro odchylky. Paňe máte paralelně s horizontem, dlaně otočeny směrem k zemi. Nárty jsou u sebe a prsty u nohou ohnuté. Kolena a kotníky jsou napnuté.

Abyste minimalizovali odpor hlavy, nos musíte směřovat k zemi. Bámicho je stažen, aby vytvořelo větší plochu umístění lehce pod trupem. Ramena jsou pokrvená, aby vytvořela odpor a umožnila lepší obtáčení vzduchu kolem pokrvených ramen vytvořených z horní části trupu profil kádla. Horizontální obtáčení vzduchu kolem tohoto kádla (ale ne znatelně) vztlak. Držte tělo zpevněno.

Asi zaujmete správnou pozici, zabere vám asi 10 minut nebo půl vteřiny, než se zrychlíte na maximální horizontální. Když stáhnete páteř pod tělo, sklopíte vás na chvíli po hlavě. Jak se zvyšuje horizontální rychlost, vytvořená vás překlápá do správné polohy. V maximálním vztlaku jsou vaše chodidla přibližně 30 stupňů nad vašimi

Nově brzy zjistíte, že otevřená padáku v rychlé trekovací pozici má za následek tvrdě otevřená. Po treku musíte couvat pot, co odhodáte padáku kvůli odbrždění přebytkem rychlosti pro otevřená.

A je to jeden úkol (nevím od koho)

Největší chyba, kterou lidé dělají je ta, že jdou do maximální trekovací pozice příliš rychle. To skončí strměm trekováním. Co funguje nejlépe je:

- jakmile se přemění rozchodu otáčení od formace, začnete de-arching (zrušíte prohnutí, prohnáte se směrem obráceně)
- když jste se otočili, pokrčte ramena dolů, abyste se prohnuli obráceně nejen od boků, ale také od hrudníku
- jak pokrčíte ramena, dejte páteř do kádla, natáhnáte je a dejte márně pod tělo
- jak natáhnete páteř, tak také natáhnáte nohy, a to v plynulém, kontrolovaném pohybu a držte je márně od sebe než na úrovni ramen). To by vám mělo dělat velmi plochě a celkem rychle trek. Abyste dosáhli maximální rychlosti potěbujete je
- držet nohy k sobě, natáhnout (nebo pokrčit, než jak tomu nerozumím) prsty
- držet páteř pod tělo a márně pod tělem, dlaně dolů, držet hrudník v obráceném prohnutí

A ano, ušetřete trekování přeměsí Internet není ideální! Zeptejte se instruktora, který má zkušenosti s velkými formacemi